

# information お知らせ

凡例  
**日**日時 開催期間 開催場所  
**内**内容 対象 講師  
**費**費用 定員 持ち物  
**申**申し込み 提出先 その他  
 問い合わせ先 (市外局番 0263)

**ID**記事 ID  
 ※市ホームページの「記事 ID 検索」に番号を入力すると詳しい内容をご覧いただけます。  
 市 HP

特に記載がない場合、問い合わせや申し込みは開庁（開館）時間内です。入館料等詳細は各施設まで。

◆ 開庁・開館時間 ◆  
 市役所 8:30~17:15  
 美術館・博物館等 9:00~17:00  
 図書館 10:00~18:00

市役所代表番号  
**TEL71-2000 FAX71-5000**

**5月の納期限は5月31日(月)**  
 軽自動車税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金(豊科・堀金・明科)、下水道料金(穂高・三郷)

無料アプリ「マチイロ」  
 アプリで市の情報や広報紙をいつでも確認できます。左記2次元バーコードからダウンロードしてください。  
<http://machihiro.town/>



## 公民館

### 明科公民館

明科いいまちサロン5月例会  
 ～健康長寿実現と食について～  
 免疫力を高める発酵食品とコロナ禍の食生活のあり方を学びます。

日 5月25日(火)  
 午前10時～正午

場 明科公民館講堂  
 講師 齋藤まさ子さん(上級食育指導士)

費 200円 申 不要  
 問 62・4605 ID 76844

明科の宝 PART V  
 あかしの地質と地形のストーリー  
 明科の地質や古代明科の環境についてお話しします。

日 5月27日(木)  
 午前10時～正午

場 明科公民館講堂

講師 松田幸子さん(「明科の宝」執筆者)

費 無料 申 不要  
 場 書籍「明科の宝」(ない人には当日お渡しします)

問 62・4605 ID 76964

初夏の歌声サロン  
 アコーディオンの伴奏に合わせて懐かしい流行歌・唱歌を歌います。

日 6月1日(火)  
 午後1時30分～3時

場 明科公民館講堂  
 出演 柴田勲さん(アコーディオン奏者)

曲 目 青い山脈、岬めぐり、リンゴの唄 他

費 無料 申 不要  
 問 62・4605 ID 76835

月いちワンバウンドマッチ  
 初心者でも楽しめるワンバウンドふらばるバレーボールを参加者でチームを作り、試合形式で楽しみます。

日 6月から令和4年3月までの毎月第1水曜日

場 明科体育館  
 時 タオル、飲み物 申 不要

問 62・4605 ID 77056

ウオーキングサッカー体験会  
 高齢者や障がいのある人でも楽しめるウオーキングサッカーを体験してみませんか。

日 6月8日(火)  
 午後7時～9時

場 明科体育館  
 講師 篠原裕一さん(長野県サッカー協会グラsslーツ委員長)

費 200円 定 30人(先着順)  
 申 5月24日(月)から26日(水)に電話で

問 62・4605 ID 76980

初夏のコンサート  
 ～魅惑のジャズ～  
 心地よいジャズの演奏をお楽しみください。

日 6月22日(火)  
 午後2時～3時30分

場 明科公民館講堂

出演 ニュー・モダン・デュクス、Y'sGem  
 曲 目 テネシーワルツ、星に願いを(Are You Real?) 他

費 無料 申 不要  
 問 62・4605 ID 76841



## 三郷公民館

### けん玉チャレンジ

技を紹介し合い、交流を深めながら難しい技の習得や検定の攻略を目指す講座です。

日 5月から令和4年2月までの毎月最終日曜日

【10月・12月は休講・全8回】  
 午後2時～3時30分

場 三郷公民館講義室  
 参加できる人

講師 高山万寿さん(日本けん玉協会安曇野支部長)

費 子ども200円、大人400円(初回に徴収します)

定 20人(先着順) 時 けん玉  
 日 5月21日(金)・24日(月)・25日(火)に電話で

問 77・2109 ID 77287

陶芸教室  
 湯呑や茶わん・コーヒーカップなどを製作します。

日 ①形成 6月12日(土)  
 ②採油 7月3日(土)

③鑑賞 7月17日(土)  
 午後1時～5時

場 三郷公民館創作室  
 市内在住・在勤で全日程に参加できる人

講師 三原好清さん

費 1200円(材料代含む)  
 定 12人(先着順)

時 タオル、エプロン、筆記用具  
 申 5月31日(月)・6月1日(火)に電話で

問 77・2109 ID 78036



自然教室 植物の命に学ぼう  
 受粉と受精の仕組みに見られる植物の知恵を学びます。

日 6月22日(火)  
 午後1時30分～3時

場 三郷公民館講義室  
 市内在住・在勤者

講師 吉澤国雄さん(松本自然観察会理事)

費 200円 定 20人(先着順)  
 申 6月8日(火)に電話で

問 77・2109 ID 78054

三郷まなび隊  
 ブログラミング教室  
 簡単なゲーム作りをしながらプログラミングを学びます。

日 6月26日(土)  
 午前10時～正午

場 三郷公民館講義室  
 小学4年生以上の市内在住者(保護者見学も可能)

講師 濱田康さん(一般社団法人)

エンターキー代表)

費 200円 定 20人(先着順)  
 持 筆記用具(パソコンは事務局が用意します)

申 6月15日(火)・16日(水)に電話で

問 77・2109 ID 77291

コーヒー講座  
 コーヒーのおいしい淹れ方を学びます。

日 6月24日(木)  
 午前10時～正午

場 三郷公民館調理実習室  
 内 ヲアイスコーヒーの淹れ方  
 △コーヒーの基礎知識  
 ▽ハンドドリップ実習

市内在住・在勤者

講師 三澤優治さん(三澤コーヒー常務取締役)

費 1200円 定 12人(先着順)  
 持 エプロン、筆記用具

申 6月16日(水)に電話で

問 77・2109 ID 78058

穂高公民館  
 「穂高の宝」学習会  
 弥次さん喜多さん

安曇野の旅～満願寺編～  
 書籍「穂高の宝」に触れながら、十返舎一九の著書「続膝栗毛」に登場する満願寺の様子を紹介しします。

日 6月5日(土)

午前10時～11時30分

場 穂高会館講堂  
 市内在住・在勤者

講師 逸見大悟(市文化課職員)

費 無料 定 50人(先着順)  
 持 書籍「穂高の宝」(ない人には当日お渡しします)

申 5月25日(火)から穂高会館へ電話で

問 82・5970 ID 77252

季節の料理教室  
 ～アボガド料理～  
 夏バテ予防に効果的なアボガド料理を作ります。感染予防のため、料理は持ち帰りとなります。

日 6月10日(木)  
 午前9時30分～11時30分

場 穂高会館調理実習室  
 内 アボガドレアチーズケーキ、アボガドとトマトのシーフードカレー、夏野菜とアボガドの和風ゼリー寄せ

市内在住・在勤者

講師 洞みづほさん(上級食育アドバイザー・調理師)

費 1000円 定 16人(抽選)

申 5月27日(木)・28日(金)に穂高会館へ電話で

問 82・5970 ID 77215

広告欄 広告内容についての問い合わせは広告主までお願いします。広告掲載の申し込みは、エービーシー(株)(TEL 24・1101)まで。

**Green friendly**  
<http://www.gfriendly.co.jp>  
 環境に優しく、環境を損なわない企業であるために  
 資源物リサイクル・廃棄物処理・鉄・非鉄買取・解体工事 etc  
**株式会社 Gフレンドリー**  
 TEL:0261-62-6455 FAX:0261-62-6453

**CMやYouTube動画制作お任せください!**  
 Produce / Direction / Videography / Editing  
**ink**  
 〒399-8102 安曇野市三郷温 4910-30  
 TEL.&FAX: 0263-31-5130 E-mail: ink@valley.ne.jp

一瞬の記憶より『ココロに残るキオク』  
 デザイン・印刷全般・ラベル、シール印刷  
 看板製作・Tシャツプリント  
 地域と共に...  
**有限会社 アードバンス**  
 〒399-8101 長野県安曇野市三郷明盛940-7  
 TEL.0263.76.3064 FAX.0263.76.3105  
<http://www.arduanco.co.jp>

専門家に任せて安心!!  
**相続 贈与 遺言**  
 ※ご都合がつかない方はご相談ください。ご希望の方は事前にお電話にてご予約ください!  
**電話による「相続 初回 無料相談会」開催!!**  
 昨今の新型コロナウイルスの影響を考慮して、お電話でのご相談に応じます。  
 経営革新等支援機関  
**佐々木会計事務所**  
 〒399-0803 安曇野市穂高5072番地(安曇野市穂高会館入口)  
**TEL.0263-82-8210 URL https://www.sasakiikaikai.co.jp**  
 ●関東信越税理士会 松本支部所属  
 税理士・行政書士:佐々木 一夫 税理士・FP:戸澤 康志 税理士:戸澤 綾子